

د پوهنې وزارت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او د
ښوونکو د روزنې معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ښوونکي لارښود
د ژوند مهارتونه
لومړی ټولګی



د ښوونکي لارښود د ژوند مهارتونه
لومړی ټولګی



د چاپ کال: ۱۳۹۳هـ ش.



د پوهنې وزارت

د تعلیمي نصاب د پراختیا او د
ښوونکو د روزنې معینیت
د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي
کتابونو د تالیف لوی ریاست

د ښوونکي کتاب
د ژوند مهارتونو د تدریس لارښود
لومړی ټولګی

د چاپ کال: ۱۳۹۳ هـ . ش

لیکوالان:

- سید موجود شاه سیدي د درسي کتابونو د تألیف د پروژې د ټیم غړی

علمي او مسلکي اډیټ:

- د مؤلف مرستیال غلام حسین سلیمانزی د تعلیمي نصاب د پراختیا ریاست علمي او مسلکي غړی
- سرمؤلف پروین قاریزاده لعلي د تعلیمي نصاب د پراختیا ریاست علمي او مسلکي غړې

د ژبې اډیټ:

- محمد عالم عالمیار د تعلیمي نصاب د پراختیا ریاست علمي او مسلکي غړی

دیني، سیاسي او کلتوري کمېټه:

- حبیب الله راحل د تعلیمي نصاب د پراختیا ریاست کې د پوهنې وزارت سلاکار
- مؤلف عنایت الله عادل د اسلامیاتو د څانګې علمي غړی او آمر

د څارنې کمېټه:

- دکتور اسد الله محقق د پوهنې د وزارت د تعلیمي نصاب، د ښوونکو د روزنې او د ساینس د مرکز مرستیال
- دکتور شېرعلي ظریفي د تعلیمي نصاب د پراختیا د پروژې رییس
- سرمؤلف عبدالظاهر ګلستاني د تعلیمي نصاب د پراختیا او درسي کتابونو د تألیف عمومي رییس

کمپوز او ډیزاین:

عبدالحق "مهمند"

بسم الله الرحمن الرحيم



ملي سرود

دا وطن افغانستان دی — دا عزت د هر افغان دی

کور د سولې کور د تورې — هر بچی یې قهرمان دی

دا وطن د ټولو کور دی — د بلوڅو د ازبکو

د پښتون او هزاره وو — د ترکمنو د تاجکو

ورسره عرب، گوجر دي — پامیریان، نورستانیان

براهوي دي، قزلباش دي — هم ایماق، هم پشه یان

دا هیواد به تل ځلیږي — لکه لمر پر شنه اسمان

په سینه کې د اسیا به — لکه زړه وي جاویدان

نوم د حق مودی رهبر — وایو الله اکبر وایو الله اکبر




بسم الله الرحمن الرحیم

د پوهنې د وزیر پیغام

ګرانو استادانو او ښوونکو،

ښوونه او روزنه د هر هېواد د پراختیا او پرمختګ بنسټ جوړوي. تعلیمي نصاب د ښوونې او روزنې مهم توکی دی چې د علمي پرمختګ او ټولنې د اړتیاوو له مخې رامنځته کېږي. څرګنده ده چې علمي پرمختګ او ټولنیزې اړتیاوې تل د بدلون په حال کې وي. له دې امله لازمه ده چې تعلیمي نصاب هم علمي او رغنده بدلون ومومي. البته نه ښایي چې تعلیمي نصاب د سیاسي بدلونونو او د اشخاصو د نظریو او هیلو تابع شي.

دښوونکی د لارښود دا کتاب چې نن ستاسو په لاس کې دی، پر همدې بنسټ چمتو اوترتیب شوی دی. د تدریس د نویو میتودنو له مخې فعالیتونه په کې ورزیات شوي دي. د زده کړې په بهیر کې د زده کوونکو فعال ساتل د درسي پلان برخه شوې ده.

هیله من یم د دې کتاب منځپانګه، چې له لارښوونو او تعلیمي پلان سره سم د فعالې زده کړې د میتودونو د کارولو له لارې تدریسیږي، ستاسو درنو استادانو د ګټې وړ وګرځي. د زده کوونکو له میندو او پلرونو څخه غوښتنه کېږي، د خپلو لوڼو او زامنو په باکیفیته ښوونه او روزنه کې پرله پسې مرسته وکړي چې د پوهنې هیلې ترسره شي او زده کوونکو او هېواد ته ښې بریاوې ور په برخه کړي.

زه پر دې ټکي پوره باور لرم چې زموږ ګران استادان او ښوونکي د تعلیمي نصاب په رغنده پلي کولو کې ستره دنده او دروند مسؤولیت لري.

د پوهنې وزارت تل زیار کاږي چې د پوهنې تعلیمي نصاب د اسلام د سپېڅلي دین له بنسټونو او علمي معیارونو سره سم د ټولنې د څرګندو اړتیاوو له مخې پراختیا ومومي.

په دې ډګر کې د هېواد له ټولو علمي شخصیتونو، د ښوونې او روزنې له پوهانو او د زده کوونکو له میندو او پلرونو څخه هیله لرم چې د خپلو نظریو او رغنده وړاندیزونو له لار ې زموږ له مؤلفانو سره د درسي او د ښوونکي د لارښود کتابونو په لا ښه تالیف کې مرسته وکړي.

له ټولو هغو پوهانو څخه، چې ددې کتاب په چمتو کولو او ترتیب کې یې مرسته کړې، له ملي او نړیوالو درنو موسسو او نورو ملګرو هېوادونو څخه، چې د نوي تعلیمي نصاب په چمتو کولو او تدوین ، د درسي او د ښوونکي د لارښود کتابونو په چاپ او وېش کې یې مرسته کړې ده، مننه او درناوی کوم.

ومن الله التوفیق

فاروق وردګ

د افغانستان د اسلامي جمهوریت د پوهنې وزیر




سریزه

د ژوند د مهارتونو د مضمون موخه د یوې داسې ټولنې جوړېدو لپاره د هېواد د بچیانو تیارول دي چې د هغه وګړي پوه، با مسؤولیته، متفکر، قدر پېژندونکی، زړه سوانده او نوښتګر وي. خپلې اړیکې په کور، ښوونځي په سیمه او ټولنه کې د درناوي، متقابل احترام، لورینې او همکارۍ په فضا کې تنظیم کړي.

د لومړي ټولګي د ژوند مهارتونو کتاب ۲۸ لوستونه لري چې د ۲۸ درسي ساعتونو لپاره د شاګرد محورۍ په روش لیکل شوي دي. په هر درسي ساعت کې یو لوست تدریس کېږي، هر لوست په دوو مخونو کې تنظیم شوی، هر لوست د لوست د موخو سربېره درې مرحلې لري چې ذکر شوی د ښوونکي لارښود په همدې بنسټ ترتیب شوی.

لومړۍ مرحله انګېزوي مرحله ده چې عبارت ده له (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست).

زده کوونکو ته وخت ورکول کېږي چې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او نظرونه ښکاره کړي.

دویمه مرحله یې (واورئ او ووایاست) ده چې دوه برخې لري یوه برخه یې د انځورونو په باره کې (په لاندې انځورونو کې څه وینئ) ده. زده کوونکي د انځورونو په باره کې نظرونه شریکوي او د ښوونکي په مرسته ځوابونه وایي. د هر انځور لاندې اړونده څرګندونې لیکل شوي دي. ښوونکی کولی شي دا برخه په بېلابېلو مېتودونو (لکه: انفرادي، جوړه یي، ګروپي، رقابتي او نور) مخ په وړاندې یوسي. د همدې پړاو دویمه برخه پوښتنې دي چې زده کوونکي یې ځوابونه وایي، ښوونکی د ځوابونو په سمولو کې مرسته کوي.

د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست) ده. دا مرحله په حقیقت کې د پوښتنو ځوابونه د لوست متوقع موخې لاس ته راوړنې دي. زده کوونکي پړاو په پړاو زده کړه کوي، تکرار او لوست ته تحکیم ورکوي.

ښوونکی کولی شي چې د ښوونکي لارښود د ترتیب شوو پلانونو مطابق خپل تدریس په بېلابېلو مېتودونو؛ لکه: هر مېتود چې ګټور وي مخ به وړاندې یوسي د هر لوست په پای کې زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړل شي.

باید وویل شي د ژوند د مهارتونو کتاب چې د لومړي ځل لپاره د افغانستان په تعلیمي نصاب شامل شوي. هېله لرو چې د زده کوونکو د ښې ګټې اخېستنې وړ وګرځي چې د ګران افغانستان بچیان په پوهه، مهارتونو او مثبتې طرز تلقۍ سره سنبال او د خدمت مصدر شي.

په درنښت




لړليک



د لومړي ټولګي د ژوند مهارتونو د لارښود پلان

د تدريس وخت: ۲۸ درسي ساعتونه

ګڼه	لوست	درسي ساعتونه
لومړی لوست	ځان پېژندنه	۱ درسي ساعت
۲	خدای پېژندنه	۱ درسي ساعت
۳	هېواد پېژندنه	۱ درسي ساعت
٤	ښوونځي سره بلدتيا	۱ درسي ساعت
۵	د سلام اداب	۱ درسي ساعت
٦	د روغبړ اداب	۱ درسي ساعت
۷	د خبرو کولو اداب	۱ درسي ساعت
۸	د مجلس اداب	۱ درسي ساعت
۹	د خوړلو او څښلو اداب	۱ درسي ساعت
۱۰	د مور او پلار درناوی	۱ درسي ساعت
۱۱	د مشرانو درناوی	۱ درسي ساعت
۱۲	د ګاونډيانو درناوی	۱ درسي ساعت
۱۳	د ښوونکي درناوی	۱ درسي ساعت
۱٤	د لارې تللو اداب	۱ درسي ساعت
۱۵	د بازار اداب	۱ درسي ساعت
۱٦	د ټولګي اداب	۱ درسي ساعت
۱۷	په ټولګي کې له نورو سره ښې اړيکې	۱ درسي ساعت
۱۸	د درسي وسايلو کارونه او ساتنه	۱ درسي ساعت
۱۹	د لوست زده کولو اداب	۱ درسي ساعت
۲۰	ښه نيت	۱ درسي ساعت
۲۱	د برقي وسايلو څخه ځان ساتل	۱ درسي ساعت
۲۲	ښه صحت	۱ درسي ساعت
۲۳	د ځان او کاليو پاکوالی	۱ درسي ساعت
۲٤	پاک خوراک او څښاک	۱ درسي ساعت
۲۵	د ښوونځي او د ښوونځي د چاپېريال پاکوالی	۱ درسي ساعت
۲٦	ورزش او صحت	۱ درسي ساعت
۲۷	تازه هوا	۱ درسي ساعت
۲۸	د چاپېريال ساتنه	۱ درسي ساعت

د لوست انځورونه او انځورونه مشاهده، پوښتنې او ځوابونه، انفرادي، جوړه يي، ګروپي، رقابتي او نور.

د لومړي لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	ځان پېژندنه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي خپل نوم، د پلار نوم او د کورنۍ غړي وپېژني. ● خپل نوم او د کورنۍ د غړو نومونه بیان کړای شي. ● اهمیت یې درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	پوښتنې او ځوابونه، انفرادي، جوړه یي، ګروپي	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	کتاب او د کتاب انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخه (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته وخت ورکړئ چې د لوست د لومړۍ برخې انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. • زده کوونکو سره د انځورونو په پېژندنه او سمو ځوابونو کې مرسته وکړي. **د لوست دويمه مرحله** • لومړۍ برخه (واورئ او ووایاست) په انفرادي يا جوړه يي او يا ګروپي ډول له زده کوونکو څخه پوښتنه وکړي چې په لاندې شکلونو کې څه ويني. د هر شکل لاندې سم ځواب ليکل شوی، زده کوونکو سره د ځوابونو په سمونه کې مرسته وکړي. **د لوست درېيمه مرحله** • (نورو ته ووایاست) برخه په حقيقت کې د لوست تحکيم او کورنۍ دنده هم ليدلی شي. • زده کوونکو ته موقع ورکړي چې هر يو د ټولګي مخې ته راشي او خپل ځان معرفي کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي چې د کورنۍ له غړو سره د لوست په باره کې بحث وکړي.	• زده کوونکي فکر کوي او خپل نظرونه ښکاره کوي. • زده کوونکي خپل نظرونه شريکوي، بحث کوي او د شکلونو په باره کې نظر وړاندې کوي. • هر زده کوونکی په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي او ځان معرفي کوي. • زده کوونکي د کورنۍ غړو سره بحث کوي او نظرونه يې اوري.	۳۵ دقيقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

له زده کوونکو سره په ځان پېژندنه بحث وکړي او معلومات دې ورکړي. د لوست په موخو يې وپوهوي چې دغه لوست ستاسو د ځان پېژندنې لپاره دی.



د دويم لوست د تدريس د لارښود پلان

د تدريس وخت: **يو درسي ساعت**

سرليکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرليک	خدای پېژندنه	
۲ـ ښوونيزې موخې (پوهنيزې، مهارتي، ذهنيتي)	له زده کوونکو څخه هيله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي په دې پوه شي چې، مونږ ټول د خدای تعالی مخلوق يو او خدای تعالی يو دی. ● دين مو اسلام او حضرت محمد (ص) مو پېغمبر دی.	
۳ـ د تدريس لارې چارې	د کتاب انځورونه کتل، پوښتنې او ځوابونه، انفرادي، جوړه يي، ګروپي او نور	
۴ـ دتدريس لپاره اړين توکي	درسي کتاب او د کتاب انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي او ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدريسي او ښوونيز فعاليتونه	**لومړني فعاليتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقيقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او وواياست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقيقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي په انفرادي یا جوړه یي ډول د انځورونو په باره کې فکر کوي او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونهویني او په باره کې یې بحث کوي او خپل نظرونه ښکاره کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او په سمونه کې ورسره ښوونکی مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره لوست تکراروي. • کورنۍ دنده نورو غړو ته بیانوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته د لوست د لومړۍ برخې په باره کې وخت ورکړي چې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او سم ځوابونه ووايي. د ځوابونو په سمونه کې ورسره مرسته وکړي. **د لوست دویمه مرحله** • د لومړۍ برخې (واورئ او ووایاست) زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې د دویمې برخې انځورونه په غور وګوري، بحث پرې وکړي او خپل نظرونه ښکاره کړي. د هر انځور لاندې د سم ځواب لیکنه شتون لري. • د لوست د دویمې مرحلې دویمې برخې په باره کې له زده کووونکو څخه پوښتنې وکړي؛ لکه: مونږ چا پیداکړي یو؟ **د لوست درېیمه مرحله** • زده کوونکو ته دې موقع ورکړي چې په نوبت سره د تدریس لاسته راوړنې زده کړي او نورو ته یې بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي چې د لوست په باره کې د کورنۍ له غړو سره پرې بحث وکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات

ښوونکی دې په زده کوونکو لاندې جملې کار وکړي:

مونږ ټول د خدای تعالی مخلوق یو. خدای (ج) یو دی او شریک نلري. قرآن کریم زمونږ کتاب دی او حضرت محمد (ص) مو پېغمبر دی.




د درېم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	هېواد پېژندنه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هېله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي خپل هېواد افغانستان، پلازمینه یې کابل او درې رنګه بیرغ وپېژني. ● بیان یې کړای شي. ● علاقه ورسره پیداکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې موقع ورکړي چې د لوست د انګېزوي برخې په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟ زده کوونکو ته وخت ورکړي چې خپل نظرونه ښکاره کړي. د هر انځور لاندې سم ځواب ليکل شوی. له زده کوونکو سره مرسته کوي. • دويمه برخه: پوښتنې دې وکړي؛ لکه: زمونږ هېواد او پلازمېنه څه نومېږي؟ • له زده کوونکو سره دې د ځوابونو په سمونه کې مرسته وکړي. **د لوست درېيمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې ياده شوې زده کړه نورو ته بيان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي چې زده کړل شوي مفهومونه د کورنۍ له غړو سره شريک کړي.	• زده کوونکي فکر کوي او د انځورونو په باره کې نظرونه ښکاره کوي. • زده کوونکي د انځورونو په باره کې په جوړه يي، ګروپي او يا رقابتي ډول خپل نظرونه شريکوي او ټولګيوالو ته يې وړاندې کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي. • زده کوونکي په نوبت سره نورو ټولګي والو ته ياد شوی لوست بيانوي. • کورنۍ دنده د کورنۍ له غړو سره شريکوي او نظرونه يې اخلي.	۳۵ دقيقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

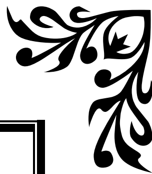
زمونږ د هېواد نوم افغانستان دی. پلازمېنه يې کابل دی. بيرغ مو درې (تور، سور او زرغون) رنګونه لري. افغانستان پر مونږ ډېر ګران دی.




د څلورم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د ښوونځي سره بلدتیا	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي خپل ټولګی، په ټولګي کې د ناستې ځای او نور د اړتیا وړ ځایونه (اداره، تشناب، د لوبو میدان او اوبو څښلو ځای) وپېژني. ● مناسبه ګټه ترې واخلي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخه (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې

۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ برخې انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري. د هر انځور لاندې سم ځواب لیکل شوی. په ځواب ویلو کې ورسره مرسته وکړي. ● دویمه برخه: پوښتنې- مونږ ښوونځي ته د څه لپاره ځو؟ ستاسو ښوونځی څه نومیږي؟ په ځواب ویلو کې له زده کوونکو سره مرسته کوي. **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې خپله زده کړه نورو زده کوونکو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، فکر کوي او ځوابونه وایي. ● زده کوونکي په جوړه یي، ګروپي یا رقابتي ډول انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي او خپل نظرونه وړاندې کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي. ● زده کوونکي په نوبت سره زده کړه نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي خپله زده کړه د کورنۍ غړو ته بیانوي او نظرونه یې اوري.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

زده کوونکي د خپل ښوونځي نوم واخلي.

ښوونکی دې د کال په لومړۍ ورځو کې زده کوونکي په پورته مفهومونو وپوهوي، د اړتیا وړ ځایونه؛ لکه: اداره، تشناب، د اوبو څښلو ځای او د لوبو میدان ورو‌پېژني چې د اړتیا په وخت کې یې په کارونه پوه کړي.




د پنځم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: یو درسي ساعت

سرلیکونه	موضوع ګانې	وخت
۱ـ د لوست سرلیک	د سلام اداب	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د سلام ورکولو په ادابو پوه شي. ● سلام سره عادت شي. ● اهمیت یې درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي انځورونهویني او په باره کې یې فکر کوي. • زده کوونکي د انځورونو په باره کې په جوړه یي، ګروپي یا رقابتي ډول بحث کوي، نظرونه شریکوي او نورو ته یې بیانوي. • زده کوونکي په انفرادي یا جوړه یي ډول پوښتنو ته ځوابونه وایي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ برخې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې د انځورونو په باره کې نظرونه شریک کړي او بحث پرې وکړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب لیکل شوی دی. • دویمه برخه: پوښتنې- که د یو مسلمان سره مخامخ شئ څه به کوئ؟ هرچاته باید سلام واچول شي که یوازې هغه چاته چې یې پېژنئ؟ • ښوونکی په ځوابونو کې له زده کوونکو سره مرسته کوي. **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره یاد شوي ټکي ټولګیوالو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د خپلو کورنۍ غړو ته بیان کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی د هر چا سره د مخامخ کېدو په وخت کې سلام اچوي. هرچا ته سلام کوي که یې پېژني یا نه یې پېژني. سلام اچول کرکه او دښمني له منځه وړي، مینه او وروروليي زیاتوي. کشر به مشر ته، روان به ناست ته، لږ به ډېرو ته او سور به پلي ته سلام اچوي. سلام اچول سنت دی او ځواب ورکول یې واجب دی.
سلام په دې ډول دی: السلام علیکم و رحـــمة الله و برکاته. ځواب: وعلیکم السلام و رحـــمة الله و برکاته.




د شپږم لوست د تدریس د لاربنود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

<table>
<tr><th>سرلیکونه</th><th colspan="2">موضوع ګانې</th></tr>
<tr><td>۱ـ د لوست سرلیک</td><td colspan="2">د روغبړ اداب</td></tr>
<tr><td>۲ـ ښوونیزې موخې
(پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)</td><td colspan="2">له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي:
● زده کوونکي د روغبړ او ستړي مشي په ادابو پوه شي.
● ورسره عادت شي.
● اهمیت يې درک کړي.</td></tr>
<tr><td>۳ـ د تدریس لارې چارې</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.</td></tr>
<tr><td>۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه</td></tr>
<tr><td>۵ـ د ارزونې لارې</td><td colspan="2">شفاهي، پوښتنې، ذهني</td></tr>
<tr><td rowspan="3">۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه</td><td>لومړني فعالیتونه:</td><td>وخت</td></tr>
<tr><td>سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.</td><td>۵
دقیقې</td></tr>
<tr><td>د انګېزې رامنځته کول:
د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.</td><td>۵
دقیقې</td></tr>
</table>




۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ برخې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځواب ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په جوړه یي یا ګروپي او یا رقابتي ډول د انځورونو په باره کې بحث وکړي او نظرونه سره شریک کړي. ● د هر انځور لاندې سم ځواب لیکل شوی. ● دویمه برخه: پوښتنې- روغبړ څه شی دی او څه ګټې لري؟ کله چې له یو چا سره مخامخ شئ، څه به کوئ؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره خپله زده کړه ټولګیوالو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده فکر کوي او ځواب وايي. ● زده کوونکي انځورونه په غور سره ګوري، بحث پرې کوي او نظرونه ښکاره کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره په ځوابونو کې مرسته کوي. ● زده کوونکي په نوبت سره یاد شوی لوست نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

هوښیار زده کوونکی د هرچا سره په درنښت روغبړ کوي، په دواړو لاسونو روغبړ ښه دی. بې تفاوتي او په یو لاس روغبړ ښه ندی. د مخه ښې په وخت کې هم باید لاسونه ورکړل شي. سترې مشي مینه زیاتوي. که یو څوک په یو کار بوخت وي، روغبړ ته یې مه مجبوروئ.




د اووم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

<table>
<tr><th>سرلیکونه</th><th colspan="2">موضوع ګانې</th></tr>
<tr><td>۱ـ د لوست سرلیک</td><td colspan="2">د خبرو کولو اداب</td></tr>
<tr><td>۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)</td><td colspan="2">له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي:
● زده کوونکي د خبرو کولو په ادابو پوه شي.
● رښتیا ویلو سره عادت شي.
● له درواغو ډډه وکړي.</td></tr>
<tr><td>۳ـ د تدریس لارې چارې</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.</td></tr>
<tr><td>۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه</td></tr>
<tr><td>۵ـ د ارزونې لارې</td><td colspan="2">شفاهي، پوښتنې، ذهني</td></tr>
<tr><td rowspan="3">۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه</td><td>لومړني فعالیتونه:</td><td>وخت</td></tr>
<tr><td>سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.</td><td>۵ دقیقې</td></tr>
<tr><td>د انګېزې رامنځته کول:
د لوست د لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) انځورونو په باره کې له زده کوونکو څخه په انګېزوي ډول پوښتنې وکړي.</td><td>۵ دقیقې</td></tr>
</table>




۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي پوښتنو د انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او خپل نظرونه ښکاره کړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب ليکل شوی دی، له زده کوونکو سره مرسته وکړئ. • دويمه برخه: پوښتنې – د خبرو کولو مخکې باید څه وکړ؟ په خبرو کولو کې کوم ټکي په پام کې ونيسو؟ **د لوست درېيمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې خپلې زده کړې په نوبت سره نورو ته بيان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	• زده کونکي فکر کوي او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په جوړه يي، ګروپي يا رقابتي ډول په غور ګوري، بحث کوي، نظرونه شريکوي او ټولګيوالو ته يې بيانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره مرسته کوي. • زده کوونکي زده شوی لوست په نوبت سره نورو ته بيانوي. • کورنۍ دنده اخلي او د کور غړو سره يې شريکوي.	۳۵ دقيقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

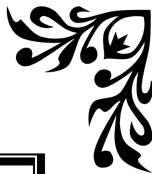
هره خبره چې کوئ لومړی بايد فکر وکړئ که سمه وي ويې کړئ، که ناسمه وي مه يې کوئ. تل په خوږو خبرو او نرمه ژبه خبرې وکړئ. له سپکو او بدو ويلو ډډه وکړئ. خبرې په داسې ډول وکړئ چې بل يې واوري، نه ډېرې په زوره، نه ډېرې په ورو. په ډېر لوړ او يا په ډېر ټيټ اواز خبرې مه کوئ. د بل چا په خبرو کې دفعتاً مه ورداخلېږئ.



د اتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

<table>
<tr><th>سرلیکونه</th><th colspan="2">موضوع ګانې</th></tr>
<tr><td>۱ـ د لوست سرلیک</td><td colspan="2">د مجلس اداب</td></tr>
<tr><td>۲ـ ښوونیزې موخې
(پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)</td><td colspan="2">له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي:
● زده کوونکي د مجلس په ادابو پوه شي.
● د پوهېدو وړتیا یې پیداکړي.</td></tr>
<tr><td>۳ـ د تدریس لارې چارې</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.</td></tr>
<tr><td>۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه</td></tr>
<tr><td>۵ـ د ارزونې لارې</td><td colspan="2">شفاهي، پوښتنې، ذهني</td></tr>
<tr><td rowspan="3">۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه</td><td>لومړني فعالیتونه:</td><td>وخت</td></tr>
<tr><td>سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.</td><td>۵ دقیقې</td></tr>
<tr><td>د انګېزې رامنځته کول:
د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.</td><td>۵ دقیقې</td></tr>
</table>

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د انځورونو په باره کې فکر کوي او ځوابونه وايي. • زده کوونکي په غور سره انځورونه ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه شریکوي او ټولګیوالو ته یې بیانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي. • ښوونکی د ځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي، څه یې چې زده کړي وي، ټولګیوالو ته یې بیانوي. • کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له ټولو غړو سره یې بیانوي او د هغوی نظرونه اخلي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته وخت ورکړئ چې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړئ چې انځورونه په غور وګوري. په ګروپي، جوړه یي یا رقابتي ډول په انځورونو بحث وکړي. نظرونه شریک کړي او بیان یې کړي. • دویمه برخه: پوښتې- کله چې په یو مجلس کې کېنو، باید څه وکړو؟ • په مجلس کې کوم شیان په نظر کې ونیسو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې څه یې یاد کړي وي نورو ته یې بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د کورنۍ له نورو غړو سره شریک کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

هوښیار زده کوونکی د مجلس ادابو ته فکر کوي. د مشرانو خبرو ته غوږ نیسي. د مجلس خبرې امانت دي، بل ځای کې باید ونشي. په مجلس کې په نوبت او اجازه خبرې کوي. د نورو خبرو ته غوږ نیول ښه کار دی.




د نهم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د خوړلو او څښلو اداب	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د خوراک او څښاک په ادابو پوه شي. ● اداب يې مراعات کړي. ● اهمیت يې درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقیقې




۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انځورونو په باره کې فکر وکړي او سم ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او د هر انځور په باره کې خبرې وکړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب لیکل شوی. ښوونکي مرسته کوي. • دویمه برخه: پوښتنې – د خوړلو څخه مخکې باید څه وکړو؟ • خواړه باید له خپلې مخې وخوړل شي او که د بل چا له مخې؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي، چې څه موخې چې یې زده کړي دي، نورو ټولګیوالو ته یې بیان کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي.	• زده کوونکي د سمو ځوابونو په اړه فکر کوي او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، په جوړه یي، ګروپي او رقابتي ډول د انځورونو په باره کې نظرونه شریکوي، بحث پرې کوي او ټولګیوالو ته یې بیانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره په ځوابونو کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره هغه څه چې یې زده کړي دي، ټولګیوالو ته یې بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او کار پرې کوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی د خوراک مخکې او وروسته لاسونه پرېمینځي. د خوراک په پیل کې بسم الله الرحمن الرحیم وايي. خوراک باید له خپلې مخې وخوړل شي او د بل چا مخې ته لاس تېر نکړو. مړۍ یا ګوله باید نه ډېره کوچنۍ وي او نه ډېره غټه. مړۍ باید ښه وژول شي. پاکې اوبه په پاک لوښي کې په ارامه وڅښل شي. په ډوډۍ او دسترخوان لاسونه پاک نکړل شي.



د لسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ځانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د مور او پلار درناوی	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د مور او پلار حقونه وپېژني. ● د درناوي کولو وړتیا پیداکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱–۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي انځورونه په غور ګوري او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، په جوړه يي، ګروپي او يا رقابتي ډول سره نظرونه شريکوي، بحث پرې کوي او ټولګيوالو ته يې بيانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره د ځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي او د خپلې زده کړې مفهومونه نورو ته بيانوي. • زده کوونکي د لوست موضوع د کورنۍ له غړو سره شريکوي او د هغوی نظرونه اخلي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ مرحلې د انځورونو په باره کې انګېزوي پوښتنو ته ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري، بحث پرې وکړي، نظرونه شريک کړي او ټولګيوالو ته يې بيان کړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب دی، ښوونکی دې د ځوابونو په سمولو کې مرسته وکړي. • دويمه برخه: پوښتنې – له مور او پلار سره باید څنګه چلند وکړو؟ او څه ډول يې خدمت وکړو؟ **د لوست درېيمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې څه يې زده کړي دي، نورو ته ټولګيوالو ته يې بيان کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د کورنۍ له غړو سره شريک کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:
ښه زده کوونکی د مور او پلار درناوی کوي. تل د مو راو پلار سره ښه چلند کوي، هر وخت يې خدمت کوي، خبره يې مني او هڅه کوي چې مور او پلار ورڅخه ازار نشي. همېشه يې دعا اخلي او د دعا کولو پر وخت تل مور او پلار يادوي.




د یوولسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د مشرانو درناوی	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د مشرانو په ادابو پوه شي او درناوی یې وکړي. ● د مشرانو د درناوي کولو وړتیا پیداکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي انځورونه په غور ګوري او ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، په جوړه یي، ګروپي او یا رقابتي ډول سره نظرونه شریکوي، بحث پرې کوي او ټولګیوالو ته یې بیانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی ورسره د ځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي او خپل زده کړې مفهومونه نورو ته بیانوي. • زده کوونکي د لوست موضوع د کورنۍ له غړو سره شریکوي او د هغوی نظرونه اخلي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته وخت ورکړي چې د لومړۍ مرحلې د انځورونو په اره کې انګېزوي پوښتنو ته ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري، بحث پرې وکړي، نظرونه شریک کړي او ټولګیوالو ته یې بیان کړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب دی، ښوونکی دې د ځوابونو په سمولو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – مشرانو سره چې مخامخ شئ څه به کوئ؟ د مشرانو په مخ کې باید په څه ډول خبرې وشي؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې څه یې زده کړي دي، نورو ته ټولګیوالو ته یې بیان کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د کورنۍ له غړو سره شریک کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

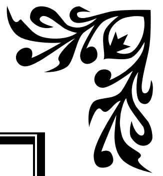
هوښیار زده کوونکی د مشرانو درناوی کوي او په ښه نامه یې یادوي، خبرو ته یې غوږ نیسي. کله چې ورسره مخامخ شي سلام ورته کوي. د مشرانو په وړاندې د داسې خبرو کولو څخه ډډه وکړي چې هغوی پرې خفه کېږي.




د دولسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: یو درسي ساعت

سرلیکونه	موضوع ګانې	وخت
۱ـ د لوست سرلیک	د ګاونډیو حقونه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: • د ګاونډیو حقونه وپېژني. • د درناوي کولو وړتیا یې پیداکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقیقې

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي انځورونه په غور ګوري او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، په جوړه یي، ګروپي او یا رقابتي ډول سره نظرونه شریکوي، بحث پرې کوي او ټولګیوالو ته يې بیانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره د ځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي او خپل زده کړي مفهومونه نورو ته بیانوي. • زده کوونکي د لوست موضوع د کورنۍ له غړو سره شریکوي او د هغوی نظرونه اخلي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ مرحلې د انځورونو په باره کې انګېزوي پوښتنو ته ځواب ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وینئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري، بحث پرې وکړي، نظرونه سره شریک کړي او ټولګیوالو ته یې بیان کړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب دی، ښوونکی دې د ځوابونو په سمولو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – ګاونډیان کوم حقونه لري؟ د ګاونډیانو او د هغوی له ماشومانو سره څنګه چلند کوئ؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې څه یې زده کړي دي، نورو ټولګیوالو ته یې بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د کورنۍ له غړو سره شریک کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی د ګاونډیانو او د هغوی د ماشومانو سره ښه چلند کوي. د کلي او ګاونډیانو له همزولو سره شخړې او جنګ نه کوي. د ورونو په شان ژوند ورسره کوي. خپلو ګاونډیانو ته په سپکه سترګه نه ګوري. د ناروغ پوښتنه یې کوي. د بې وزلې پر وخت ورسره مرسته کوي. تاسو هم باید ښه زده کوونکي و اوسئ.



د دیارلسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د ښوونکي درناوی	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي په دې وپوهېږي چې ښوونکی د درناوي وړ دی. ● د درناوي وړتیا پیداکړي. ● د ښوونکي قدرداني وکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي انځورونه په غور ګوري او ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، په جوړه يي، ګروپي او يا رقابتي ډول سره نظرونه شريکوي، بحث پرې کوي او ټولګيوالو ته يې بيانوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی ورسره د ځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره د ټولګي مخې ته راځي او خپل زده کړي مفهومونه نورو ته بيانوي. • زده کوونکي د لوست موضوع د کورنۍ له غړو سره شريکوي او د هغوی نظرونه اخلي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د لومړۍ مرحلې د انځورونو په اړه کې انګېزوي پوښتنو ته ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: په لاندې انځورونو کې څه وينئ؟ • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري، بحث پرې وکړي، نظرونه شريک کړي او ټولګيوالو ته يې بيان کړي. • د هر انځور لاندې سم ځواب دی، ښوونکی دې د ځوابونو په سمولو کې مرسته وکړي. • دويمه برخه: پوښتنې – ښوونکی ولې د درناوي وړ دی؟ د ټولګي په کارونو کې بايد له چا اجازه او مرسته وغواړئ؟ **د لوست دريمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې څه يې زده کړي دي، نورو ته ټولګيوالو ته يې بيان کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي چې لوست د کورنۍ له غړو سره شريک کړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی له ښوونکي سره مینه لري، تل يې درناوی کوي، خبرو ته يې غوږ نيسي. په خبرو يې عمل کوي. په ټولګي کې هر کار د ښوونکي په اجازه کوي. د ښوونکي په وړاندې بل لور ته نه ګوري، بلکې پاملرنه يې لوست او ښوونکي ته وي.




د ځوارلسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

<table>
<tr><th>سرلیکونه</th><th colspan="2">موضوع ګانې</th></tr>
<tr><td>۱ـ د لوست سرلیک</td><td colspan="2">د لارې تللو اداب</td></tr>
<tr><td>۲ـ ښوونیزې موخې
(پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)</td><td colspan="2">له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي:
● د لارې تللو په ادابو پوه شي.
● د عملي کولو وړتیا یې ولري.
● اهمیت یې درک کړي.</td></tr>
<tr><td>۳ـ د تدریس لارې چارې</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.</td></tr>
<tr><td>۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه</td></tr>
<tr><td>۵ـ د ارزونې لارې</td><td colspan="2">شفاهي، پوښتنې، ذهني</td></tr>
<tr><td rowspan="3">۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه</td><td rowspan="2">لومړني فعالیتونه:
سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.</td><td>وخت</td></tr>
<tr><td>۵
دقیقې</td></tr>
<tr><td>د انګېزې رامنځته کول:
د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.</td><td>۵
دقیقې</td></tr>
</table>




۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. ● له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. ● دویمه برخه: پوښتنې – زده کوونکو څخه پوښتنې مطرح کړي او سم ځوابونه ترلاسه کړي. ● پوښتنې: د لارې په کوم اړخ لاړ شو او تګ مو څه ډول وي؟ ● د خلکو سره د مخامخ کېدو په وخت کې باید څه وکړو؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. ● زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. ● زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی په لاره خلکو ته سلام اچوي او د لارې ادابو ته پاملرنه کوي. په لاره چاته زیان نه رسوي. د لارې ښي اړخ ته ځي. د سرک په منځ کې تګ ښه کار ندی، په لاره کې له اړینو خلکو سره مرسته کول ښه کار دی.




د پنځلسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د بازار اداب	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د بازار له ادابو سره بلد شي. ● په بازار کې د بې ځایه ګرځېدو په زیانونو پوه شي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکي دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووایي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – بازار ته د څه لپاره ځو؟ په بازار کې بې ځایه ګرځېدل څنګه کار دی؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

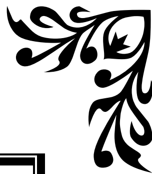
ښه زده کوونکی بې له اړتیا بازار ته نه ځي او په بازار کې بې ځایه نه ګرځي. په ګڼه ګوڼه کې ډېره پاملرنه پکار ده. که دوه کسه د یو شي په راکړه ورکړه کې خبرې کوي، تاسو یې په منځ کې خبرې مه کوئ.




د شپاړسم تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د ټولګي اداب	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: • زده کوونکي د ټولګي په ادابو پوه شي. • عملي يې کړای شي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخيستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووایي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – ټولګی د څه لپاره دی؟ • په ټولګي کې څنګه ګوزاره وکړو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ټولګي ته د ننوتلو په وخت کې باید سلام واچول شي. هر زده کوونکی په خپل ځای کښېني او له چا سره شخړه ونکړي. خپل ټولګی پاک وساتل شي. په دېوالونو او مېزونو خط ونه لیکل شي. په ټولګي کې دومره نژدې مه کښېنئ چې نور زده کوونکي په تنګ شي.

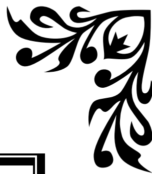
ښه زده کوونکی په ټولګي کې بې ګټې وخت نه تېروي. د لوست پرته په نورو کارونو وخت نه تېروي. د نوبت په وخت کې خپل ښوونکي ته غوږ نیسي او په لوست کې فعاله ونډه اخلي.




د اوولسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرليکونه	موضوع ګانې	وخت
۱ـ د لوست سرليک	په ټولګي کې له نورو سره ښې اړيکې	
۲ـ ښوونيزې موخې (پوهنيزې، مهارتي، ذهنيتي)	له زده کوونکو څخه هيله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: • زده کوونکي د ټولګيوالو سره د ښو اړيکو وړتيا پيداکړي. • د نورو حقونه وپېژني.	
۳ـ د تدريس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدريس لپاره اړين توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدريسي او ښوونيز فعاليتونه	**لومړني فعاليتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقيقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخه (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقيقې

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – د خپلو ټولګیوالو سره څنګه چلند وکړو؟ • د ټولګیوالو سره څه ډول مرسته وکړو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی خپلو ټولګیوالو سره د ورونو په شان چلند کوي. که کوم ټولګیوال په لوست کې سهوه شي باید ونه خاندي، بلکې ورسره مرسته وکړي. که کوم زده کوونکی له ښوونکي څخه پوښتنه نشي کولی، بل زده کوونکی دې ورسره مرسته وکړي. خپلو ټولګیوالو ته بده خبره مه کوئ. په مینه او محبت کې ورسره ژوند وکړئ. پرته له اجازې د ټولګیوالو قلم، کتابچه یا بل شی مه اخلئ.




د اتلسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د درسي وسایلو کارونه او ساتنه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د درسي وسایلو کارونه زده کړي. ● د درسي وسایلو د ساتنې سره علاقه پیداکړي. ● اهمیت یې درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخیستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دويمه برخه: پوښتنې – درسي وسایل کوم شیان دي؟ • درسي وسايل څه ډول وکارول شي؟ • درسي وسايل څه ډول وساتل شي؟ **د لوست درېيمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بيان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته يې تشريح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بيانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره يې شریکوي.	۳۵ دقيقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

درسي وسایل؛ لکه: کتاب، قلم، کتابچه، پنسل، شکلونو، چارټونو او داسې نورو څخه عبارت دي. له یو شي څخه باید په خپل وخت لازمه ګټه واخېستل شي. د کارولو وروسته په بکس یا د کتابونو په کځوړه کې وساتل شي. په کور کې په یو خوندي ځای کې وساتل شي او د کارونې په وخت کې ورسره ډېر پام وشي.




د نوولسم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د لوست د زده کولو اداب	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د لوست ویلو اداب زده کړي. ● د لوست د زده کولو سره علاقه پیداکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري کتنه، د کورنۍ دندې پوښتنه، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) د انځورونو په باره کې انګېزوي پوښتنې مطرح کړي.	۵ دقیقې




۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. • زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – د لوست د زده کولو لپاره باید کومو شیانو ته پاملرنه وکړو؟ • لوست په څه ډول ښه زده کولی شو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکي د ښوونکي لوست ته غوږ نیسي. لوست ته په ډېر ادب او احترام کښېني. ښه زده کوونکی غیرحاضري نه کوي او هیڅ وخت لوست نه پرېږدي. که په لوست پوه نشي، پوښتنه کوي. که ښوونکی د بل زده کوونکي څخه پوښتنه کوي تاسو مداخله مه کوئ. که په کوم لوست پوه نه شوئ له نورو زده کوونکو څخه پوښتنه وکړئ.




د شلم لوست د تدريس د لارښود پلان

د تدريس وخت: **يو درسي ساعت**

سرليکونه	موضوع ګاڼې	وخت
۱ـ د لوست سرليک	ښه نيت	
۲ـ ښوونيزې موخې (پوهنيزې، مهارتي، ذهنيتي)	له زده کوونکو څخه هيله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د ښه نيت په ګټو پوه شي. ● د ښه نيت وړتيا پيداکړي.	
۳ـ د تدريس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدريس لپاره اړين توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدريسي او ښوونيز فعاليتونه	**لومړني فعاليتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقيقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقيقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته يې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره يې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. • زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – ښه نیت او لورینه څه ګټې لري؟ • بد نیته او بې خیره انسان څنګه وي؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ښه زده کوونکی څه چې د ځان لپاره خوښوي، د نورو لپاره يې هم خوښوي. تاسو هم کوم څه چې د ځان لپاره نه خوښوئ، د نورو لپاره يې هم مه خوښوئ. همېشه په هر کار کې ښه نیت ولرئ. ښه نیت ډېرې ګټې لري، مینه زیاتوي. د ښه نیت لرونکي ته الله تعالی ډېر اجرونه ورکوي. بد نیتي او بې خیري ډېر بد کار دی.




د یویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	له برقي وسایلو څخه ځان ساتنه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د ټولګي او له ټولګي بهر د برقي وسایلو د لاس وهنې په زیانونو باندې پوه شي. ● د برقي وسایلو د لاس وهنې څخه ډډه وکړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخیستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. ● له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. ● دویمه برخه: پوښتنې – د برقي وسایلو سره بې ځایه لاس وهنه څنګه کار دی؟ ● له برقي خطرونو څخه څنګه ځان وژغورل شي؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. ● زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. ● زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

برقي وسایلو کې د لاس وهنې څخه ډډه وکړو. برقي لوڅو مزو ته لاس ورنه وړو. په هغه ځای کې چې لوڅ مزي دي؛ لکه: په لوند ځای کې یا اوبو کې لوڅ مزي وی ورنژدې نشو. شنې ونې او بوټي هم برق تېروي. د ښوونځي برقي وسایلو سره ډېره پاملرنه وکړو. برقي وسایل ځانګړی نفر لري. د اړتیا په وخت کې باید نوموړی کس پرې خبر کړو.




د دوه ویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	وخت
۱ـ د لوست سرلیک	ښه صحت	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د ښه صحت په اهمیت پوه شي. ● د ښه صحت د لرلو توان په ځان کې پیداکړي. ● اهمیت یې درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:** سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	وخت ۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې




۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. ● له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. ● دويمه برخه: پوښتنې – د ښه صحت لپاره څه شي اړتیا ده او څه کول پکار دي؟ **د لوست دريمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. ● زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته يې تشریح کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. ● زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره يې شریکوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

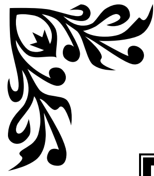
هوښيار زده کوونکی خپل صحت ته پوره پاملرنه کوي. د پاکو خوړو او اوبو څخه ګټه اخلي. خواړه ښه ژوي. تاوده خواړه نه خوري، ځکه چې روغتیا ته زیان رسوي. د خپل وس څخه زیات او دروند کار مه کوئ. هر وخت چې بولې درشي مه یې ځنډوئ. مثانې ته زیان رسوي او صحت خرابوي. ښه زده کوونکی د غاښونو پاکوالي ته پوره پاملرنه کوي. د غاښونو د پاکوالي لپاره مسواک یا برس او کريم اړين دي. نوکان همېشه پرې کوئ، ځکه چې د نوکانو لاندې مېکروبونه ځای نيسي. د ښه صحت لپاره سپورټ اړین دی. د مېوو او سبو څخه باید زیاته ګټه واخېستل شي.




د درویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: یو درسي ساعت

<table>
<tr><th>سرلیکونه</th><th colspan="2">موضوع ګانې</th></tr>
<tr><td>۱ـ د لوست سرلیک</td><td colspan="2">د ځان او کالیو پاکوالی</td></tr>
<tr><td>۲ـ ښوونیزې موخې
(پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)</td><td colspan="2">له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي:
● زده کوونکي د خپل ځان او کالیو په اهمیت پوه شي.
● د ناپاکیو زیانونه وپېژني.
● د پاکوالي اهمیت درک کړي.</td></tr>
<tr><td>۳ـ د تدریس لارې چارې</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.</td></tr>
<tr><td>۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي</td><td colspan="2">درسي کتاب او انځورونه</td></tr>
<tr><td>۵ـ د ارزونې لارې</td><td colspan="2">شفاهي، پوښتنې، ذهني</td></tr>
<tr><td rowspan="2">۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه</td><td>لومړني فعالیتونه:
سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.</td><td>وخت
۵ دقیقې</td></tr>
<tr><td>د انګېزې رامنځته کول:
د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.</td><td>۵ دقیقې</td></tr>
</table>




۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دويمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ويلو کې مرسته وکړي. • دويمه برخه: پوښتنې – پاک ځان او پاک بدن څه ګټې لري؟ • ناپاکه کالي او خيرن بدن کوم زيانونه لري؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بيان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شريکوي او ټولګيوالو ته يې تشريح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بيانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره يې شريکوي.	۳۵ دقيقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

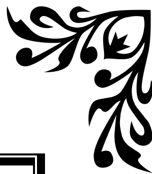
ښه زده کوونکی همېشه خپل کالي او بدن پاک ساتي. ځان مينځل ښه کار دی. د جمعې په ورځ لمبا کول سنت دي. پاک کالي اغوستل غوره کار دی. نارينه بايد ښځينه او ښځې بايد نارينه جامې وانه غوندي. ناپاک کالي او ناپاک بدن بد بوی لري او خلک ورته په بده سترګه ګوري. د بدن خيري د پوستکي سوري بندوي او د ناروغۍ لامل کيږي.




د څلیرویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د ښوونځي او اوسېدو ځای پاک ساتل	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د ښوونځي او اوسېدو ځای د پاکوالي په اهمیت پوه شي. ● د ناپاکۍ مخه ونیسي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقیقې

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووایي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – که چېرې ستاسو ښوونځی یا د اوسېدو ځای ناپاک وي، څنګه خپل ښوونځی او د اوسېدو ځای پاک وساتو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

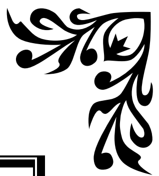
ښه زده کوونکی خپل ټولګی او د اوسېدو ځای پاک ساتي.




د پنځه ویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	ورزش او صحت	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: • زده کوونکي په دې پوه شي چې ورزش او لوبې د صحت لپاره ضروري دي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي.	۵ دقیقې

۱-٦ د ښوونکي فعالیتونه	د زده کوونکو فعالیتونه	وخت
د لوست لومړۍ مرحله ● زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** ● لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووايي. ● له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. ● دویمه برخه: پوښتنې – لوبې او ورزش صحت ته څه ګټې لري؟ ● د لوبو کولو په وخت کې باید کوم ټکي په پام کې ونیسو؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** ● زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. ● زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.	● زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وايي. ● زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. ● زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وايي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. ● زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. ● زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	۳۵ دقیقې

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

زده کوونکي باید له ورزش کولو سره مینه پیداکړي. په مناسب وخت کې ورزش وکړي. ورزش او لوبې د بدن ټول غړي فعال ساتي چې خپلې دندې په ښه توګه سرته ورسوي. لوبې باید بې وخت او بې ځایه ونشي.




د شپږ ویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	پاک خوراک او څښاک	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د پاکو خوړو او اوبو په ګټو پوه شي. ● د ناپاکو خوړو او څښاک زیانونه وپېژني. ● د پاک خوراک او څښاک اهمیت درک کړي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	پوښتنې، انفرادي، جوړه يي، ګروپي، رقابتي او نور اغېزمن مېتودونه	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې زده کوونکو ته لارښوونه وکړئ چې فکر وکړي او نظرونه ووايي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته وخت ورکړئ چې انګېزوي پوښتنو په باره کې فکر وکړي او خپل نظرونه وړاندې کړي. ښوونکی ورسره د نظرونو په په وړاندې کولو کې مرسته کوي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته لارښوونه وکړئ چې تصویرونه په غور وګوري او ځوابونه ووای. • دویمه برخه: پوښتنې – پاک ځان او پاک بدن څه ګټې لري؟ • ناپاک کالي او خیرن بدن کوم زیانونه لري. **د لوست درېيمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته لارښوونه وکړئ چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست په ټولګي کې نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

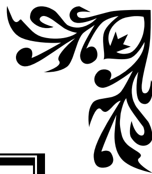
پاک خواړه او پاکې اوبه د روغتیا لپاره اړین دي. د ناپاکو خوړو خوړل او د ناپاکو اوبو څښل ناروغۍ منځته راوړي. خواړه باید د دوړو او مچانو او ناپاکیو څخه وساتل شي. سبزیانې او مېوې مخکې له خوړو باید پاک پرېمینځل شي. په ګرمه هواکې سر لوڅي او له شپې پاتې شوي خواړه ونه خوړل شي. چټلې اوبه ونه څښل شي. د خوړو او څښلو لوښي باید پاک وساتل شي.




د اووه ویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	تازه هوا	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنیتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي په دې پوه شي چې تازه او پاکه هوا د ژوند لپاره ضروري ده.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه	**لومړني فعالیتونه:**	وخت
	سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقیقې

وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱–٦ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور سره ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور سره وګوري او ځوابونه ووایي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – تازه هوا د صحت لپاره څه ګټې لري؟ **د لوست دریمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

تازه هوا د ژوند لپاره اړینه ده. په تازه هوا کې لوست ښه زده کیږي. په تازه هوا کې ورزش ښه سرته رسیږي. د ښې هوا لپاره باید چاپېریال پاک او شین وساتل شي.




د اته ویشتم لوست د تدریس د لارښود پلان

د تدریس وخت: **یو درسي ساعت**

سرلیکونه	موضوع ګانې	
۱ـ د لوست سرلیک	د چاپېریال ساتنه	
۲ـ ښوونیزې موخې (پوهنیزې، مهارتي، ذهنيتي)	له زده کوونکو څخه هیله لرو چې دلوست په پای کې لاندې موخې ترلاسه کړي: ● زده کوونکي د پاک او ښه چاپېریال په ګټو پوه شي. ● د چاپېریال په پاکوالي کې برخه واخلي.	
۳ـ د تدریس لارې چارې	درسي کتاب او انځورونه، انفرادي، شفاهي، ګروپي، رقابتي او نور.	
۴ـ دتدریس لپاره اړین توکي	درسي کتاب او انځورونه	
۵ـ د ارزونې لارې	شفاهي، پوښتنې، ذهني	
۶ـ په ټولګي کې تدریسي او ښوونیز فعالیتونه		وخت
	لومړني فعالیتونه: سلام ورکول، له زده کوونکو څخه د احوال پوښتنه، حاضري اخېستل، د کورنۍ دندې کتل، د تېر لوست پوښتنه او د تېر لوست له نوي لوست سره ارتباط ورکول.	۵ دقیقې
	د انګېزې رامنځته کول: د لوست لومړۍ برخې (وګورئ، فکر وکړئ او ووایاست) په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووايي.	۵ دقیقې




وخت	د زده کوونکو فعالیتونه	۱-۶ د ښوونکي فعالیتونه
۳۵ دقیقې	• زده کوونکي د فکر کولو وروسته ځوابونه وایي. • زده کوونکي انځورونه په غور ګوري، بحث پرې کوي، نظرونه سره شریکوي او ټولګیوالو ته یې تشریح کوي. • زده کوونکي پوښتنو ته ځوابونه وایي او ښوونکی دځوابونو په سمونه کې مرسته کوي. • زده کوونکي په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیانوي. • زده کوونکي کورنۍ دنده اخلي او د کورنۍ له غړو سره یې شریکوي.	**د لوست لومړۍ مرحله** • زده کوونکو ته دې وخت ورکړي چې د انګېزوي انځورونو په باره کې فکر وکړي او ځوابونه ووایي. **د لوست دویمه مرحله (واورئ او ووایاست)** • لومړۍ برخه: زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې انځورونه په غور وګوري او ځوابونه ووایي. • له زده کوونکو سره د ځوابونو په ویلو کې مرسته وکړي. • دویمه برخه: پوښتنې – خپل چاپېریال څنګه له ناپاکیو څخه وساتو؟ • د چاپېریال پاکوالی او شنې ونې او بوټي څه ګټې لري؟ **د لوست درېیمه مرحله (نورو ته ووایاست)** • زده کوونکو ته دې لارښوونه وکړي چې په نوبت سره زده کړل شوی لوست نورو ته بیان کړي. • زده کوونکو ته دې کورنۍ دنده ورکړي.

۷ . ښوونکي ته اضافي معلومات:

ټول هغه ځایونه چې انسانان او نباتات پکې ژوند کوي چاپېریال دی. د ژوند چاپېریال باید له ناپاکیو او ککړتیاوو څخه وساتو. د چاپېریال ککړتیا د بېلابېلو ناروغیو لامل کېږي. د خپل چاپېریل په پاك او تازه ساتلو کې باید مرسته وکړو.